



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

KOYUN KIZARTMA

Kıvırcığın istediğiniz tarafından bir parça alınız, pürüzlerini kesiniz. Tuzlayınız, biberleyiniz, tepsiye koyup fırına veriniz. Et yağsız ise üstüne biraz yağ sürünüz. Arada çeviriniz, kızarınca tabağa alınız, sıcak tutunuz. Sonra tepsideki suyu bir kuşhaneye boşaltınız. Yarım kaşık un ilâve ediniz, kokusu gidinceye kadar çeviriniz. Etin suyu az gelirse salçanın biraz suluca olması için bir miktar su, ya da etsuyu ilâve ediniz. Koku büsbütün kalmayınca süzüp etin üzerine dökünüz. Kenarına garnitür olarak patates tavaşı koyunuz.

Not: Eti, fırına vermeden tencerede de kızartabilirsiniz, daha kolay olur.